



MIGUEL JUDAS

OS 200 MELHORES
PERCURSOS DE
TREKKING
DE PORTUGAL.



SAÍDA DE EMERGÊNCIA
livros para fugir da rotina



0



Património Histórico



Património Arqueológico



Património Natural



Aldeia



Cidade



Montanha



Rio



Praia



Barragem



Área Protegida



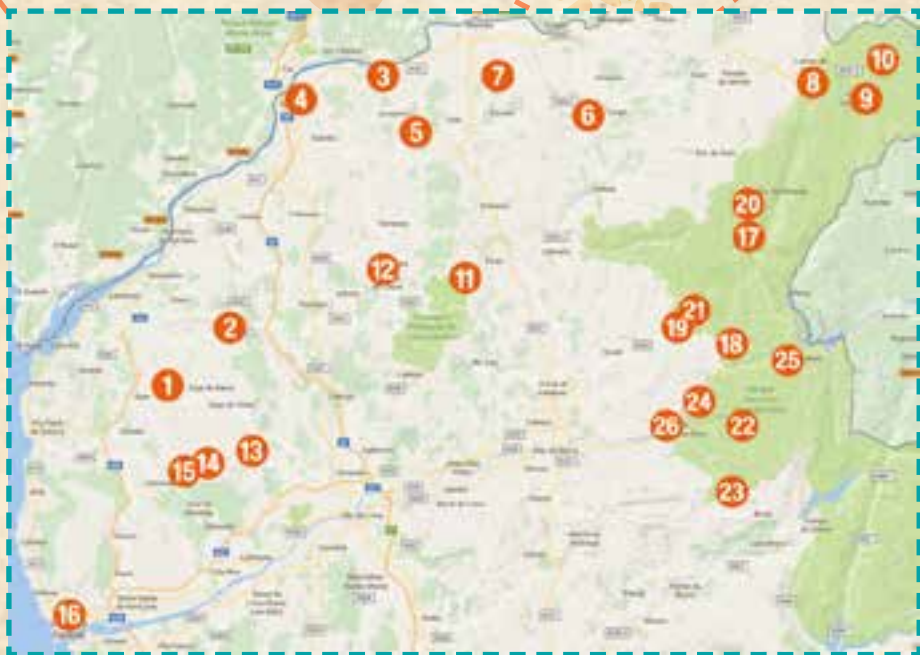
-  Norte
-  Centro
-  Lisboa e Setúbal
-  Alentejo
-  Algarve
-  Ilhas





DISTRITO DE

VIANA DO CASTELO



CAMINHA

1. Trilho da Pedra Alçada

Ponto de partida e chegada:

Largo da Igreja de Arga de S. João

Distância: 11,5 Km

Dificuldade: Média

N41 50 58 W8 44 58



Erguendo-se a 825 metros de altitude, entre os concelhos de Viana do Castelo, Caminha e Ponte de Lima, no início do sistema montanhoso de Peneda-Gerês, a Serra d'Arga é, possivelmente, uma das mais belas e desconhecidas serras de Portugal. Com partida e chegada na típica povoação de São João d'Arga, este trilho circular permite alcançar o ponto mais alto do concelho de Caminha, a Pedra Alçada, que dá nome ao percurso e de onde se pode observar uma magnífica vista panorâmica sobre o mar e a foz dos rios Minho e Coura, bem como para os concelhos de Caminha, Vila Nova de Cerveira, Viana do Castelo e Ponte de Lima. Para além de paisagens tão deslumbrantes quanto surpreendentes, como as cascatas ao longo do ribeiro de S. João, os caminhantes podem ainda apreciar a enorme biodiversidade da zona, por entre bosques de carvalhos, sobreiros, castanheiros, medroneiros, azevinhos e loureiros.

Outro ponto alto do percurso é a passagem pelo Mosteiro de São João d'Arga, fundado no séc. XIII e ainda hoje palco de uma animada romaria, que tem lugar anualmente nos dias 28 e 29 de agosto.

VILA NOVA DE CERVEIRA

2. Trilho Interpretativo da Ribeira de Covas

Ponto de partida e chegada:

Parque de Merendas de Covas

Distância: 4,5 Km

Dificuldade: Baixa

N41 53 6 W8 41 49



Criado a pensar nos caminhantes de todas as idades, este trilho acompanha o curso do Rio Coura, ao longo de uma levada que servia para conduzir a água até às ruínas da velha central hidroelétrica, a segunda a ser construída em Portugal e onde existe uma área de lazer equipada com mesas e água, perfeita para um piquenique em família. Tem início no centro da localidade de Covas, uma localidade inserida no roteiro das Aldeias de Portugal, onde podem ser observadas algumas das mais típicas construções minhotas, como as casas de pedras, os espigueiros, as eiras ou os moinhos. Avança em seguida por

uma típica paisagem de montanha, numa área de floresta marcada por frondosas árvores autóctones, como o carvalho-alvarinho, sempre acompanhado pela presença e pelo som da água corrente, onde, com um pouco de sorte, será possível avistar uma ou outra das esquivas lontras que habitam este curso de água.

VALENÇA

3. Trilho da Ínsua de Castro

Ponto de partida e chegada:

Igreja Matriz de Friestas

Distância: 12 Km

Dificuldade: Baixa

N42 02 37 W8 34 04



Encostado ao rio Minho, este trilho complementar à Ecopista do Rio Minho, Valença / Monção, percorre a Ínsua do Crasto e a foz do Rio Manco, num itinerário acessível a toda a família, através de caminhos agrícolas, trilhos de pescadores e velhos pesqueiros, outrora percorridos por contrabandistas. Logo no início, no local onde a ecopista e o trilho se encostam à EN 101, a imponente fachada do Portão dos Crastos merece um olhar atento, mas é a emblemática Ínsua do Crasto, uma língua de terra no rio

Minho, já nos limites com Monção e a Foz do Rio Manco, que se assume como a zona mais emblemática deste percurso, devido à riqueza da fauna e da flora. Com um pouco de sorte será até possível avistar alguma lontra, que aqui tem um dos seus principais refúgios nas margens do rio Minho.

4. Ecopista do Rio Minho

Ponto de partida:

Casa da Linha, Ponte Seca (Valença)

Ponto de chegada:

Lugar da Barca, Lodeira (Monção)

Distância: 17 Km

Dificuldade: Baixa

N42 01 43 W8 38 12



Quando foi inaugurada, em 2004, foi um dos primeiros percursos, a nível nacional, a aproveitar uma antiga linha férrea para fins turísticos. Eleita em 2006, no IV Encontro de Vias Verdes da Europa, a quarta melhor ecopista da Europa, este percurso prolonga-se entre os concelhos de Valença e Monção, sempre junto ao rio Minho, permitindo visitar diversos monumentos e locais de interesse histórico e cultural, como o Museu Ferroviário e o Centro de Interpretação da Ecopista, em Valença, o Mosteiro Beneditino de Ganfei, o Cemitério Medieval e o Cruzeiro do Adro

Velho, a Torre de Menagem de Lapela, os antigos postos aduaneiros ou a porta de Salvaterra, por onde se entra para o centro histórico de Monção. Para além de proporcionar vistas únicas sobre o rio e para as antigas pesqueiras, as construções de pedra junto à margem ainda hoje usadas pelos pescadores da região, a ecopista passa ainda por locais de grande interesse paisagístico e ambiental, como a Ínsua do Conguedo ou a praia fluvial junto à ponte metálica sobre o Rio Manco, também ela de paragem obrigatória, em especial durante a época de verão, para um refrescante mergulho antes de seguir caminho.

5. Trilho do Carvoeiro

Ponto de partida e chegada:

Igreja Matriz de Boivão

Distância: 10 Km

Dificuldade: Baixa

N42 00 35 W8 32 13



Entre vinhedos, casas graníticas e velhos moinhos, este trilho circular atravessa as freguesias de Boivão e Gondomil, com passagem pelos lugares do Paço, Quinta das Igreja Velha, Lordelo de Cima, Silhães, Fujacos, Carvoeira e Cimo da Vila, outrora pertencentes ao antigo concelho de Fraião e Couto Monástico

de Sanfins. O ponto de partida (e de chegada) é na Igreja Matriz de Boivão, consagrada ao apóstolo Santiago, também recordado na passagem pela Quinta Velha, o local onde até ao séc. XVII estava originalmente situado este templo. Para além da beleza paisagística, o caminhante pode ainda ficar a conhecer as muitas lendas da região, como as da Princesa de Boivão, a Truta da Rainha ou das Pegadas de Nossa Senhora, num percurso marcado pela constante presença do granito, ou não fosse esta uma terra de pedreiras, de onde se extraem as rochas depois usadas nas casas, nos postes das latadas, nos muros ou nas gastas lajes deste caminhos.

MONÇÃO

6. Caminho dos Mortos

Ponto de partida e chegada:

Capela do Senhor dos Passos, Tangil

Distância: 13 Km

Dificuldade: Baixa

N42 01 00 W08 23 18



Este percurso reconstitui o trajeto que os funerais faziam desde os locais montanhosos até à igreja paroquial, quando os caixões, devido ao relevo acidentado, eram transportados em carros de bois

ou aos ombros, numa jornada que por vezes demorava alguns dias, até chegarem à igreja paroquial. Por entre os frondosos bosques de carvalhos e freixos, o caminhante poderá ainda visitar ao longo deste trilho um conjunto de elementos de culto aos mortos do período neolítico nos lugares de Bouças e Arado, como a Mamôa do Cotinho, um monumento funerário coletivo e local de culto, onde eram depositados os mortos pelas primeiras civilizações que habitaram esta região, algures no quarto milénio a.C.. O caminho prossegue depois até à freguesia de Merufe, uma das mais populosas do concelho de Monção, onde a igreja paroquial é outro local de paragem obrigatória, com a sua fachada românica e torre do séc. XVIII.

7. Trilho da Cova da Moura

Ponto de partida e chegada:

Santuário dos Milagres

Distância: 5 Km

Dificuldade: Baixa

N42 02 48 W8 28 05



Um trilho de grande valor histórico-cultural, onde se testemunha a presença dos povos que anteriormente habitaram esta zona. Deve o seu nome à lenda da “Cova da Moura”, um túnel existente por

baixo de um penedo que, segundo a crença local, ligava os castelos de Longos Vales e Lapela e onde os mouros se abrigavam. Entre vestígios da ocupação romana, marcas dos povos castrejos ou diversas pinturas rupestres, este trilho é como uma autêntica viagem no tempo, desde os primórdios da ocupação humana até aos dias de hoje. Com início no Santuário dos Milagres, em Cambeses, percorrem-se vários campos de vinha das castas alvarinho e trajadura, ou não fosse esta a terra do vinho verde, como aquele que é feito no Palácio da Brejoeira, um monumento nacional construído no início do séc. XIX. O passeio continua depois por locais como o bem mais atual Parque de Lazer Fluvial de Sendim, onde se impõe uma paragem e (porque não?) um mergulho, antes de seguir caminho em direção à ponte medieval de Sendim, sobre o rio Gadanha.

A visita pelo património local continua depois por um bosque de carvalhos e pinheiros, onde pode ser apreciado um forno-telheiro comunitário, utilizado até à década de 70 do séc. passado. Já na freguesia de Pinheiros, é o rio Gadanha que volta a ser o cenário principal, com passagem por mais uma praia fluvial, outra ponte medieval e diversos moinhos de água.

MELGAÇO

8. Travessia da Ribeira do Minho

Ponto de partida: Porta de Lamas de Mouro

Ponto de chegada: Vila Nova de Cerveira

Distância: 95 Km

Dificuldade: Alta

N42 02 21 W8 11 45



Este percurso pedestre de Grande Rota tem início nas portas das Lamas de Mouro, uma das entradas oficiais do Parque Nacional da Peneda-Gerês, estendendo-se ao longo da fronteira através dos concelhos de Melgaço, Monção, Valença e Vila Nova de Cerveira, onde termina junto ao Aquamuseu. Devido à sua grande extensão, é cruzado por inúmeros trilhos e serve de ponto de partida a muitos outros, de mais pequena dimensão, que permitem ao visitante desenhar o seu próprio trajeto. Sendo um percurso linear, encontra-se marcado em ambos os sentidos, mas devido à orografia do terreno é aconselhável que se inicie no sentido Melgaço – Vila Nova de Cerveira.

9. Trilho Castrejo

Ponto de partida e chegada:

Aldeia de Castro Laboreiro

Distância: 17 Km

Dificuldade: Média

N42 01 48 W8 09 3



Este trilho percorre os antigos caminhos de ligação entre as “brandas” e as “inverneiras”, que remontam à Idade Média, e dos quais restam ainda algumas pedras de calçada e pontes de arco. O percurso atravessa frondosos bosques de carvalho alvarinho, matos rasteiros cruzados pelos ribeiros e regatos de água cristalina que regam as pastagens, permitindo ao visitante testemunhar o sistema de transumância aqui desenvolvido ao longo dos séculos, que tem nas “brandas” e nas “inverneiras” um dos maiores marcos da singular relação entre homem e natureza nesta região. As primeiras são um espaço sazonal, usado como zona de pastoreio durante o tempo mais quente, e situam-se no alto da montanha, enquanto as segundas, de cariz mais permanente, ficam a quotas mais baixas e servem também para cultivo. Para além do interesse patrimonial destes habitats únicos, é de sublinhar que continuam a ser usadas, tendo cada aldeia a sua “branda”

e «inverneira», geridas ainda hoje em comunidade, de acordo com a milenar economia agro-pastoril.

10. Trilho do Megalitismo de Castro Laboreiro

Ponto de partida: Lugar do Rodeiro

Ponto de chegada: Outeiro do Ferro

Distância: 13 Km

Dificuldade: Alta

N42 03 16 W8 08 21



Ocupado pelo homem desde a pré-história, o território do Parque Nacional da Peneda-Gerês é fértil em vestígios megalíticos, onde este património cultural convive harmoniosamente com uma paisagem natural quase intocada. Um dos monumentos mais importantes desta área protegida é a Necrópole Megalítica do Planalto de Castro Laboreiro, uma das maiores da Península Ibérica, por onde este trilho se desenvolve, passando pelos vários núcleos megalíticos que a compõem, como os do Alto da Mansão do Guerreiro, Alto do Buscal, Lamas do Rego e Alto da Portela do Pau. Estes monumentos funerários megalíticos encontram-se espalhados por uma área de cerca de 50 km quadrados, na fronteira nordeste do Parque Nacional com a Galiza. É o conjunto megalítico mais setentrional de Portugal

e o que se encontra a cotas mais elevadas.

PAREDES DE COURA

11. Trilho dos Moinhos

Ponto de partida e chegada:

Colónia Agrícola de Chã de Lamas, Vascões

Distância: 8 Km

Dificuldade: Baixa

N41 54 49 W8 29 33



A Colónia Agrícola de Chã de Lamas é o ponto de partida deste percurso, onde, logo no início, pode ser avistada uma necrópole megalítica com 3 mamoadas. Esta colónia, que resultou dos trabalhos de arroteamento de solos florestais para neles serem instalados campos para o cultivo de batata e de milho, representou, durante o Estado Novo, um importante empreendimento para a fixação da população rural da região. O trilho percorre a zona rural do concelho, com passagem por diversos cursos de água bordejados de hortas, pomares e milheirais. Junto ao Porto Velho, a paisagem agrícola dá lugar a um cenário menos humanizado, com a passagem por um pequeno bosque de carvalhos, antes de se atingir os velhos moinhos do lugar de Várzea, onde era feita a moagem

do afamado milho destas terras de Coura, outrora conhecida como o “Celeiro do Minho”. O caminho prossegue até ao lugar de Várzea, onde ficam situados os campos mais férteis do concelho e um pouco mais à frente pode-se observar a junção da Ribeira de Reiriz com o Rio de Cavaleiros, que dá origem ao rio Coura.

12. Trilho dos Miliários

Ponto de partida e chegada:

Igreja de Cossourado

Distância: 11 Km

Dificuldade: Baixo

N41 55 25 W8 33 58



Com partida da igreja de Cossourado, o caminho conduz ao Forte da Cidade, um lugar de paragem obrigatória pelo seu valor paisagístico, patrimonial e arqueológico, onde podem ser vistos os vestígios de um povoado fortificado da Idade do Ferro, conhecido como Cividade de Cossourado. Segue-se depois por uma estrada florestal até ao lugar de Antas, já na freguesia de Rubiães, onde, junto a uma pequena ermida, se vislumbram os marcos miliários que indicavam as milhas romanas da via militar 19, do itinerário de Antonino, aos quais este trilho deve o nome. Continua-se ao longo do rio Coura,

através dos pequenos bosques ribeirinhos tão característicos desta região, em direção à ponte dos Caniços e daí até ao lugar de Casco, na freguesia de Rubiães, onde é obrigatória uma paragem, para apreciar a famosa igreja românica, tal como um pouco mais à frente se impõe nova pausa junto à Ponte Romano-Medieval de Rubiães.

PONTE DE LIMA

13. Trilho do Lobo Atlântico

Ponto de partida e chegada:

Largo da Igreja de Arga de S. João

Distância: 8 Km

Dificuldade: Baixa

N41 48 27 W8 40 36



Este percurso circular tem início junto à Ermida do Cerquido, um típico lugar de montanha, situado na encosta nascente da Serra d'Arga, a cerca de 400 metros de altitude. Prossegue por um caminho de calçada antiga, com vista sobre o vale do Lima, até à Portela do Lobo, uma zona situada na fronteira entre os concelhos de Caminha, Viana do Castelo e Ponte de Lima, assim chamada por ser um dos principais pontos de passagem das alcateias que em tempos

deambulavam pela serra. Hoje, este imenso planalto é uma zona de pasto para manadas de garranos selvagens, mas a memória dos tempos antigos ainda é bem visível nos sulcos dos rodados dos carros de bois, cravados na pedra granítica, ou nos Moinhos de Covão, pequenos edifícios de uso comunitário, construídos há mais de um século junto a pequenos cursos de água, que surpreendem pelo seu bom estado de conservação. A partir daqui, o regresso ao ponto de partida efetua-se por caminhos de terra e pedra, com passagem por lugares de elevado interesse cultural e paisagístico, como a pequena povoação de Reconco, hoje praticamente abandonada, ou pelo Fojo do Lobo do Cavalinho, uma imaginativa estrutura de engenharia popular que servia para as populações locais aprisionarem e matarem os lobos.

VIANA DO CASTELO

14. Trilho da Montanha Sagrada

Ponto de partida e chegada:

Largo do Souto, Montaria

Distância: 18 Km

Dificuldade: Baixa

N41 47 28 W8 43 43



Um trilho que percorre parte do

secular caminho de peregrinação para a romaria de São João d'Arga, dando a conhecer o rico património cultural e natural da Serra d'Arga. Com partida e chegada na localidade de Montaria, uma aldeia situada nas encostas desta serra, por onde se desenvolve este percurso. Entre os vários locais de interesse destacam-se o antigo viveiro florestal, o mosteiro medieval de São João d'Arga, a nascente do rio Âncora na Fonte de Urze ou a “Senhora do Minho”, um pequeno local de culto, situado no ponto mais alto do concelho de Viana do Castelo, onde existia apenas uma pequena gruta com uma imagem em pedra de Nossa Senhora vestida com um traje minhoto.

15. Trilho do Fojo do Lobo

Ponto de partida e chegada:

Largo do Souto, Montaria

Distância: 4 Km

Dificuldade: Baixa

N41 47 28 W8 43 43



Igualmente com partida da aldeia serrana de Montaria, este trilho partilha, no seu início, parte do trajeto com outros percursos que igualmente aqui têm início. Apesar da sua curta extensão, permite dar a conhecer ao visitante dois dos principais cartões-de-visita

desta freguesia: os moinhos do Lavadouro e o Fojo do Lobo. Símbolos da secular relação entre o homem e a natureza nestas serranias, os moinhos foram usados durante séculos para transformar o milho na farinha usada para fazer a tradicional broa, através dos rodízios movimentados pela torrente das águas. Já o Fojo é uma impressionante obra de engenharia popular, que servia para as populações serranas aprisionarem e matarem os lobos que lhes atacavam os rebanhos. É composto por dois enormes muros de pedra, que afunilam ao longo de quilómetros pela encosta e formam uma pequena cerca para onde os lobos eram encaminhados, através de batidas, num ritual que implicava a participação de quase toda a população das aldeias vizinhas.

16. Trilho dos Canos de Água

Ponto de partida e chegada:

Basílica de Santa Luzia

Distância: 10 Km

Dificuldade: Média

N41 42 04 W8 50 05



Do alto do miradouro de Santa Luzia, vislumbra-se, nos dias limpos, todo o recorte da costa até à Póvoa de Varzim, numa das vistas panorâmicas «mais bonitas

do mundo», como a descreveu a revista National Geographic, há quase 80 anos. É precisamente aqui que tem início este trilho, que junta mar, montanha e património. Por um caminho florestal, chega-se a dois arcos de pedra, os Arcos do Fincão, no topo dos quais passam os canos a que este trilho deve o nome. Os arcos fazem parte de um complexo sistema de abastecimento de água, que transportava, através de canos, viadutos e levadas, a água captada nas minas da serra para os depósitos da cidade de Viana do Castelo. O caminho prossegue por cima destes canos, que conduzem a velhos moinhos e antigas minas de águas abertas na rocha, passando ainda pelo lugar de São Mamede, conhecido pela sua capelinha e pelas ruínas do povoado original. Junto ao marco geodésico da Bouça do Frade, acede-se ao Alto do Frade, onde fica situada a “Casa do Radar”, um edifício abandonado onde esteve para ser instalado um posto de controlo aéreo durante a Segunda Guerra Mundial – no piso superior avista-se mais uma bela panorâmica sobre Viana e o vale do Rio Lima. Já perto do final, o passeio passa ainda junto da “Citânia de Santa Luzia”, um notável exemplar de povoado fortificado do noroeste Peninsular, atribuído à idade do

ferro, conhecida localmente por “Cidade Velha”.

ARCOS DE VALDEVEZ

17. Trilho das Brandas

Ponto de partida e chegada:

Lugar de Rouças

Distância: 8 km

Dificuldade: Alta

N41 56 47 W8 15 00



Este trilho desenvolve-se em plena Serra do Soajo e visita algumas das brandas, zonas de pastorícia ou cultivo, que na Serra da Peneda ainda têm uma enorme importância cultural e económica, permitindo deste modo conhecer o modo de vida das populações pastoris da montanha. Aqui e ali, ainda são visíveis as marcas dos carros de bois, que durante séculos faziam o caminho até Gorbelas, uma isolada branda de cultivo, rodeada de campos de centeio bordejados por muros de pedra solta. Seguindo depois por uma estreito caminho de lajes rasgado entre os altos penedos, chega-se um pouco mais à frente ao Poulo da Seida, uma antiga e hoje praticamente abandonada branda de gado, onde os pastores e os rebanhos pernoitavam sem

segurança, protegidos dos ataques dos lobos. Outro ponto de grande interesse deste percurso é o impressionante Fojo do Lobo, uma armadilha para aprisionar os lobos que assolavam a região, situada entre o Alto da Pedrada (o ponto mais elevado da Serra da Peneda, a 1416 metros) e as Lamas do Vez, local de nascimento do rio Vez. A partir daqui inicia-se a descida, que conduz novamente ao ponto de partida.

18. Caminhos do Pão, Caminhos da Fé

Ponto de partida e chegada:

Lage, Vila do Soajo

Distância: 5 km

Baixa

N41 52 32 W8 15 54



A histórica vila do Soajo é o ponto de partida desta jornada, que dá a conhecer o ciclo do pão, percorrendo ao mesmo tempo os caminhos percorridos desde tempos imemoriais pelos peregrinos e romeiros em direção aos santuários do Senhor da Paz, da Senhora da Peneda, de São Bento do Cando e Santiago de Compostela. Famosa pelo vasto conjunto de espigueiros (o mais antigo é de 1782), situados sobre uma enorme laje de granito também usada

como eira comunitária, esta vila é habitada desde o séc. I e foi, até 1852, sede de concelho. Desde muito cedo que os habitantes da vila se destacaram pela sua atividade como caçadores, o que levou, ainda na idade média, a que a Serra do Soajo fosse transformada em Coutada Real, onde os nobres caçavam ursos, javalis, cabras-bravas, lobos e raposas. Segundo a lenda, os «monteiros», como eram então conhecidos os habitantes da vila, ter-se-ão cansado dos abusos da fidalguia e queixaram-se ao rei D. Dinis, que ordenou aos cavaleiros não se demorem ali mais do que «o tempo de um pão esfriar na ponta de uma lança» – história recordada na curiosa forma do pelourinho da vila, situado no largo principal, cuja coluna simboliza a lança e a pedra, no topo, um pão. Percorrida a vila, acompanha-se a extensa levada que antigamente regava os imensos campos de milho do Soajo, onde os velhos moinhos de água continuam a marcar a paisagem. O percurso continua serra dentro, pelas calçadas outrora percorridas pelos romeiros, que também serviam para deslocar as manadas de gado bovino, nas épocas da transumância.

19. Trilho Interpretativo do Mezio

Ponto de partida e chegada:

Antigo Centro de Interpretação do Mezio

Distância: 2 km

Dificuldade: Baixa

N41 53 05 W8 18 48



Com início junto a uma das portas oficiais do Parque Nacional da Peneda-Gerês, à qual se aconselha uma visita prévia, este percurso destaca-se pelo seu rico património arqueológico, mas também pela paisagem florestal, devido à grande diversidade de espécies vegetais, fruto da intervenção humana, e ainda por alguns exemplos de arquitetura rural, nomeadamente um curral e as ruínas de uma branda de gado. Mas o maior cartão-de-visita são os diversos monumentos funerários pré-históricos existentes ao longo deste percurso de pequena rota. O mais conhecido é a anta grande do Mezio, um dos mais notáveis monumentos da época megalítica do PNPG, constituído por uma câmara poligonal de sete esteios (lajes verticais), sobre os quais assenta uma tampa, à qual se acede por um corredor virado a nascente, formado por esteios de menores dimensões, cobertos também eles por tampas.

20. Trilho Pertinho do Céu

Ponto de partida e chegada:

Lugar da Gavieira

Distância: 6 km

Dificuldade: Baixa

N41 57 30 W8 15 07



Tendo como cenário a Serra do Soajo, este percurso percorre a freguesia da Gavieira, tendo início perto do cruzamento para o lugar da Igreja da Gavieira, por um velho caminho de lajes com marcas dos carros de bois, que conduz, entre frondosos carvalhos, à Branda de Busgalinhas, apenas ocupada durante a estação quente, quando o gado bovino, das raças autóctones Barrosã e Cachena, é deslocado para a montanha em busca de melhores pastagens. A paragem seguinte é na Branda de São Bento do Cando, um pequeno povoado conhecido pela famosa romaria a São Bento. Começa então a descida, por um trilho de pastores aberto na densa vegetação, acompanhando o curso do Rio Grande, que aqui forma diversas cascatas e poças, irresistíveis a um mergulho durante o verão.



21. Travessia das Serras da Peneda e do Soajo

Ponto de partida e chegada:

Porta do Mezio

Distância: 77 km

Dificuldade: Média

N41 53 05 W8 18 46



Com mais de 70 quilómetros de extensão, este percurso pedestre circular de Grande Rota desenvolve-se ao longo do complexo montanhoso das Serras da Peneda e do Soajo e permite conhecer ao pormenor todo o vasto património etnográfico, paisagístico e natural deste território único. O trilho encontra-se dividido por três etapas, sendo necessário, em média, um total de 4 dias para o completar. A primeira etapa tem início na porta do Mezio, uma das entradas oficiais do Parque Nacional da Peneda-Gerês e percorre as aldeias de Bostelinhos, Avelar, Lordelo e Sistelo, com passagem pelo Fojo do Lobo da Cabrita. A segunda parte começa em Sistelo e percorre algumas brandas, para terminar no imponente santuário da Senhora da Peneda, no topo de uma escadaria com dois lanços e 300 metros, onde, anualmente, a sete de setembro, se realiza uma das maiores romarias desta região. O último troço arranca do santuário e passa pelas

aldeias de Baleiral e Tibo, entre as quais fica a zona conhecida como Mistura das Águas, onde o rio Peneda se junta aos rios Laboreiro e Veiga. Continua depois por Paradela, Soajo e Vilar de Suente, para terminar novamente junto à Porta do Mezio.

PONTE DA BARCA

22. Trilho da Serra Amarela

Ponto de partida e chegada:

Ermida

Distância: 35 km

Dificuldade: Alta

N41 49 14 W8 15 26



Com uma cota máxima superior a 1300 metros, a Serra Amarela é uma dos maiores relevos montanhosos do Parque Nacional da Peneda-Gerês, num agreste território granítico, dominado por matos secos de urzes, tojos e giestas, aqui e ali salpicado de carvalhais e manchas de azevinho, que serve de habitat a mais de 200 espécies de vertebrados, como a cabra-montês, o corço ou o lobo, inúmeras espécies de aves e répteis como a víbora-cornuda e a salamandra-lusitânica. É este território único, habitado desde os tempos do neolítico, onde o homem aperfeiçoou

técnicas agrícolas e pastoris que lhe permitiriam a exploração dos recursos naturais de forma equilibrada, que esta Grande Rota pretende dar a conhecer. Com início e fim no lugar da Ermida, este percurso de 35 km desdobra-se por 4 etapas, sendo necessário cerca de dois dias para o completar na sua totalidade. A primeira começa por percorrer o Vale de Carcerelha, por entre urzais, tojais e giestais, onde podem ser apreciadas estruturas como um fojo do lobo ou uma silha em granito, que servia para proteger as colmeias, ambas nos arredores de Germil, ou uma mamoa pertencente à Necrópole da Giadela. Já a segunda tem como ponto de partida o lugar de Cutelo e prolonga-se até Vilarinho das Furnas, numa etapa marcada pela mudança de paisagem, em que os carvalhais e o mosaico agroflorestal de Cortinhas contrasta com a morfologia granítica das terras mais altas. A terceira parte do percurso começa junto à barragem de Vilarinho, construída na viragem da década de 60 para a de 70 e que submergiu por completo a aldeia de Vilarinho das Furnas. Avança depois por um território típico de montanha até à Louriça, o ponto mais alto da Serra Amarela, a 1361 metros de altitude e de onde parte a última etapa, que marca o regresso ao ponto de partida.

23. Trilho do Germil

Ponto de partida e chegada:

Germil

Distância: 6 km

Dificuldade: Média

N41 46 58 W8 15 54



Com partida junto à capela, este trilho começa por atravessar as ruas do núcleo rural da típica aldeia de Germil, subindo depois por uma estrada empedrada que permite apreciar uma vista panorâmica para as belas paisagens das vizinhas Serras da Peneda, Amarela e Gerês. Um pouco mais à frente, o percurso inclui a travessia de um pequeno riacho com recurso a alpondras, seguindo-se mais um troço em empedrado e um trilho pastoril que por vezes não está totalmente visível e requer atenção redobrada para não perder o norte ao caminho, até porque o melhor ainda está para vir, quando se atinge finalmente a margem do rio Germil, rodeada por belíssimos exemplares de carvalhos. O destino seguinte é a aldeia de Germil de Baixo, onde também se impõe uma paragem para observar a ermida e os espigues comunitários, antes do regresso ao ponto de partida.

24. Trilho do Megalitismo de Britelo

Ponto de partida e chegada:

Chafariz de Britelo

Distância: 11 km

Dificuldade: Média

N41 50 13 W8 17 26



Ocupada desde tempos imemoriais, a Serra Amarela é como um museu a céu aberto, onde convivem vestígios das mais variadas épocas históricas que este trilho pretende dar a conhecer. É o caso do Castro da Ermida, edificado em plena Idade do Ferro ou dos povoados de Bilhares, Torre Grande e Cabeço do Leijó, todos eles da época romana, tal como a estátua conhecida localmente por Pedra dos Namorados. É no entanto em Britelo que fica o ponto alto deste percurso, quando finalmente se chega às famosas necrópoles megalíticas, um dos conjuntos mais relevantes deste tipo de monumentos pré-históricos em toda a área do Parque Nacional da Peneda-Gerês. Implantada entre os 300 e os 700 metros de altitude, em zonas planas viradas para o Lima, esta necrópole marca o início da fixação humana nestas zonas montanhosas e planálticas, algures no quinto milénio a. C., e tem como elemento mais significativo a anta ou dolmén da Lapa da Moura.

25. Trilho dos Moinhos de Parada

Ponto de partida e chegada:

Aldeia de Parada

Distância: 7 km

Dificuldade: Média

N41 51 50 W8 13 06



Na freguesia de Lindoso, a pequena povoação de Parada é um dos melhores exemplos da imaginativa e milenar relação que o homem aqui estabeleceu com os recursos naturais à sua disposição, na busca de sustento. Este percurso percorre assim as margens do Lima, onde podem ser visitados os velhos moinhos, esses verdadeiros símbolos da arquitetura tradicional e engenhosas obras de engenharia hidráulica, embora hoje quase todos abandonados, que durante séculos serviram para moer o milho com recurso à força das águas.

26. Trilho de São Miguel de Entre Ambos-os-Rios

Ponto de partida e chegada:

Parque de Campismo de São Miguel

Distância: 8 km

Dificuldade: Média

N41 49 27 W8 19 02



Percorrendo a freguesia de Entre Ambos-os-Rios, este trilho dá a conhecer as terras baixas da Serra

Amarela, junto aos cursos de água, permitindo observar as belas paisagens humanizadas desenhadas pela cultura do milho e pelos campos em socalco. Uma das principais imagens de marca desta zona são os caniços, uns espigueiros construídos por varas de carvalho ou giesta, assentes numa mesa de granito ou madeira e com cobertura em colmo, que ainda hoje servem para guardar o milho. Depois de cruzado o Rio Froufe (durante o inverno aconselha-se o uso da ponte, umas centenas de metro à frente), é ainda possível encontrar alguns restos da vegetação primitiva desta região, em pequenos bosques de carvalho que hoje servem de refúgio a aves como o gaio, o pisco de peito-ruivo, o búteo e o penereiro-comum, ou a mamíferos como o corço e o javali.



